

HEART SKIPS A BEAT

Chorégraphe : Amy Glass

Type : Danse en Ligne, 64 Temps,, 2 Murs

Difficulté : Intermédiaire

Musique : *Heart Skips A Beat* par Olly Murs, **112 Bpm**, (CD : Single)

Note Départ : 16 temps sur Heart Skips A Beat par Oly Murs

Séquence : 64 Temps, 4(Tag), 48, 64, 4(Tag), 48, 40, 4(Tag), 64

Comptes	Description	Suggestion Calling	Direction Sens
Section 1 STEP RIGHT, CROSS LEFT OVER RIGHT, 1&1/4 SPIRAL TURN RIGHT, SHUFFLE FORWARD (RIGHT LEFT RIGHT), ROCK, 1/2 TURN SHUFFLE LEFT			
1-2	Pas PD à D, Croiser PG devant PD,	Side Cross	D
3	1 1/4 t à D avec PdC sur PG et Talon PD croisé devant Tibia G,	1 1/4 Spiral Right	1/4 D (3h)
4&5	Pas PD en Av, PG à côté PD, Pas PD en Av,	Right Shuffle	Av
6-7	Pas PG en Av, Revenir PdC sur PD en Ar,	Rock Step	Sur place
8&1	1/2 t à G avec Pas PG en Av, PD à côté PG, Pas PG en Av,	Turn Shuffle	1/2 G (9h)
Section 2 FULL TURN LEFT, ROCK, RECOVER 1/4 TURN LEFT, 1/2 HINGE TURN RIGHT, BEHIND AND CROSS			
2-3	1/2 t à G avec Pas PD en Ar, 1/2 t à G avec Pas PG en Av,	Full Turn Left	Av
4&5	Pas PD en Av, Revenir PdC sur PG avec 1/4 t à G, Croiser PD devant PG,	Rock 1/4 Cross	1/4 G (6h)
6-7	1/4 t à D avec PG en Ar, 1/4 t à D avec Pas PD à D,	Hinge Right	1/2 D (12h)
8&1	Croiser PG derrière PD, Pas PD à D, Croiser PG devant PD,	Behind Side Cross	D
Section 3 PRESS RIGHT, BEHIND AND CROSS, PRESS LEFT, BEHIND AND 1/4 TURN RIGHT			
&2-3	Toucher rapidement Pointe PD à côté PG, Presser Ball PD en diagonale Av D, Revenir PdC sur PG en Ar,	Tap Rock Step	(1h30)
4&5	Croiser PD derrière PG, Pas PG à G, Croiser PD devant PG,	Behind Side Cross	G
&6-7	Toucher rapidement Pointe PG à côté PD, Presser Ball PG en diagonale Av G, Revenir PdC sur PD en Ar,	Tap Rock Step	(10h30)
8&1	Croiser PG derrière PD, Pas PD à D, 1/4 t à D avec Pas PG en Av,	Behind Side 1/4 Right	1/4 D (3h)
Section 4 ROCK FORWARD, SYNCOPATED STEP BACK LOCK RIGHT & LEFT, STEP TOGETHER			
&2-3	Toucher rapidement Pointe PD à côté PG, Presser Ball PD en Av, Revenir PdC sur PG en Ar,	Tap Rock Step	Sur place
4&5	Pas PD en diagonale Ar D, Croiser PG devant PD, Pas PD en Ar,	Back Lock Step	Ar
6&7	Pas PG en diagonale Ar G, Croiser PD devant PG, Pas PG en Ar,	Back Lock Step	
8	PD à côté PG,	Together	
Section 5 PRESS BACK, BALL PRESS BACK/BODY ROLLS BACK X2, SWIVEL 1/2 LEFT, 1/2 RIGHT, 1/2 LEFT			
1-2	Presser PG légèrement en Ar, Rouler votre corps de l'Av vers l'Ar pour terminer PdC sur PG,	Back Body Roll	Ar
&3-4	PD rapidement à côté PG, Presser PG légèrement en Ar, Rouler votre corps de l'Av vers l'Ar pour terminer PdC sur PG,	& Back Body Roll	
&5	PD rapidement à côté PG, Presser PG légèrement en Ar, Rouler votre corps de l'Av vers l'Ar pour terminer PdC sur PG,	& Back Body Roll	
6-7-8	1/2 t à G en tournant les Talons à G, 1/2 t à D en tournant les Talons à D, 1/2 t à G en tournant les talons à G et PdC sur PG,	Swivel Turn Left Right Left	1/2 G (9h)

Section 6	KICK BALL CHANGE RIGHT X2, RIGHT HIP BUMPS, LEFT HIP BUMPS		
1&2	Lancer Pointe PD vers l'Av, PD à côté PG, PG sur place,	Kick Ball Change	Sur place
3&4	Lancer Pointe PD vers l'Av, PD à côté PG, PG sur place,	Kick Ball Change	
5&6	Pas PD légèrement en Av et Pousser Hanche en Av, Pousser Hanche en Ar, Pousser Hanche en Av,	Bump & Bump	Av
7&8	Pas PG légèrement en Av et Pousser Hanche G en Av, Pousser Hanche D en Ar, Pousser Hanche G en Av,	Bump & Bump	
Section 7	KICK & POINT & POINT, HITCH, POINT, ¼ RIGHT TURN SAILOR, SHUFFLE FORWARD		
1&2	Lancer Pointe PD vers l'Av, PD à côté PG, Toucher Pointe PG à G,	Kick Ball Point	Sur place
&3&4	PG à côté PD, Toucher Pointe PD à D, Monter Genou D vers l'Av, Toucher Pointe PD à D,	& Point Hitch Point	
5&6	Croiser PD derrière PG (PdC sur l'Av), ¼ t à D avec Pas PG à G, Pas PD légèrement en Av,	Sailor ¼ Right	¼ D (12h)
7&8	Pas PG en Av, PD à côté PG, Pas PG en Av,	Left Shuffle	Av
Section 8	½ TURN RIGHT, SIDE ROCK CROSS, FULL 4-STEP BOX TURN		
1&2	Pas PD en Av, Revenir PdC sur PG en Ar, ½ t à D avec Pas PD en Av,	Mambo Turn	½ D (6h)
3&4	Pas PG à G, Revenir PdC sur PD à D, Croiser PG devant PD,	Side Rock Cross	Sur place
5-6	Pas PD à D et ¼ t à G, Pas PG à G et ¼ t à G,	Side Box Turn	½ G (12h)
7-8	Pas PD à D et ¼ t à G, Pas PG à G et ¼ t à G,		½ G (6h)
TAG	A la fin du 1^{er} mur (6h), du 3^{ème} mur (6h) et du Restart du 5^{ème} mur (12h), avec le style Funky, faire un déplacement vers l'Ar avec un grand pas, les pointes de pied dans la direction du déplacement		
1&	Pas PD à D, Toucher Pointe PG à côté PD,	Side Touch	Ar
2&	Pas PG à G, Toucher Pointe PD à côté PG,	Side Touch	
3&	Pas PD à D, Toucher Pointe PG à côté PD,	Side Touch	
4&	Pas PG à G, Toucher Pointe PD à côté PG,	Side Touch	
Restart	Sur le 2nd mur et le 4^{ème} mur, à la section 6, aux comptes 7&8, faire les Bump & Bump avec ¼ t à G et reprendre la danse à 12h		
Restart	Sur le 5^{ème} mur, à la fin de la section 5 (12h), refaire le Tag et reprendre la danse depuis le début		
Option	Sur la section 1, éliminer le 1 ¼ Spiral Turn en faisant sur les comptes 1-3:		
1-3	Pas PD à D, Pas PG en Av, Tourner les talons vers la G en faisant ¼ t à D et Croiser PD devant Tibia G		

Recommencer en gardant votre sourire

Si vous constatez une erreur de traduction, je vous remercie de le signaler à l'adresse mail ci-dessous

Heart Skips A Beat

Count: 64 **Wall:** 2 **Level:** High Intermediate
Choreographer: Amy Glass (Sept 2012)
Music: "Heart Skips A Beat" by Olly Murs (radio version) iTunes

Sequence: 64, 4, 48, 64, 4, 48, 40, 4, 64 (looks more intimidating than it actually is!)
Intro: Start dancing 16 counts after the first down beat

[1-8] Step R, Cross L Over R, 1 & ¼ Spiral Turn R, Shuffle Forward (R, L, R), Rock, ½ Turn Shuffle L

1 Step side R
2 Cross L over R
3 Unwind 1 & ¼ R (3:00), transfer weight to L, hooking R over L
4&5 Shuffle forward R, L, R
6,7 Rock forward L, recover R
8&1 ½ turn L (9:00) while shuffling forward L, R, L

[9-16] Full Turn L, Rock, Recover ¼ Turn L, ½ Hinge Turn R, Behind and Cross

2,3 Step back R while turning ½ L, step forward L turning ½ L
4 Rock forward R
&5 Recover L while turning ¼ L (6:00), cross R over L
6 Step back L while turning ¼ R (9:00)
7 Step side R while turning ¼ R (12:00)
8&1 Step behind L, side R, cross L over R

[17-24] Press R, Behind and Cross, Press L, Behind and ¼ Turn R

&2 (& - Quick tap R) press R at diagonal (1:30)
3 Recover L
4&5 Step R behind L, step side L, cross R over L
&6 (& - Quick tap L) press L at diagonal (10:30)
7 Recover R
8&1 Step L behind R, step side R, step forward L while turning ¼ R (3:00)

[25-32] Rock Forward, Syncopated Step Back Lock R & L, Step Together

&2,3 (& - Quick tap R) rock forward R, recover back L
4&5 Step R, cross L over R, step slight side R
6&7 Step L, cross R over L, step slight side L
8 Step R next to L

[33-40] Press Back, Ball Press Back/Body Rolls Back x2, Swivel ½ L, ½ R, ½ L

1,2 Press L slightly back, starting body roll back ending with weight L
&3,4 Quick step R next to L, press L slightly back, starting body roll back ending with weight L
&5 Quick step R next to L, press L slightly back ending with weight L
6,7,8 Swivel: ½ L (9:00), swivel ½ R (3:00), swivel ½ L (9:00), weight forward on L

[41-48] Kick Ball Change R x2, R Hip Bumps, L Hip Bumps

1&2,3&4 Right Kick ball change in place x2

5&6 Step slightly forward R, hip bumps R, L, R
7&8 Step slightly forward L, hip bumps L, R, L

[49-56] Kick & Point & Point, Hitch, Point, ¼ R Turn Sailor, Shuffle Forward

1&2 Kick R, step R down, point L to L side
&3 Step together L, point R to R side
&4 Hitch right knee, point R to R side
5&6 ¼ R sailor (step R behind L, side L, forward R while turning ¼ R)
7&8 Shuffle forward L, R, L

[57-64] ½ turn R, Side Rock Cross, Full 4-step Box Turn

1&2 Rock R forward, recover back L, turn ½ R (6:00) stepping forward R
3&4 Rock side L, recover R, cross L over R
5 Step R side while turning ¼ L (3:00)
6 Step L side while turning ¼ L (12:00)
7 Step R side while turning ¼ L (9:00)
8 Step L side while turning ¼ L (6:00)

Tag: 4 counts, following walls 1 & 3, (back wall) and before the Restart on wall 5 (front wall)

Funky Step Touches: traveling slightly back (take large steps when stepping side swiveling toes in same direction as step):

1& Step side R, touch L beside R
2& Step side L, touch R beside L
3& Step side R, touch L beside R
4& Step side L, touch R beside L

Restart on walls 2 and 4 following the hip bumps (counts 47 & 48: do the 2nd set of hip bumps L, R, L to 12:00)

Restart on wall 5, following count 40 (swivel ½ L, ½ R, ¼ L to 12:00 and do the 4-count tag)

Options:-

1 In the first 8 counts, to eliminate the spiral 1 & ¼ turn:

Step side R (1), forward L (2), swivel ¼ R while hooking R over L (3), shuffle forward (4 & 5)

2 Body rolls can be eliminated or can be as pronounced as the dancer is comfortable

Listen to the music-it tells you what to do! Have fun!

Contact: Amy Glass - amyleeane@gmail.com